УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5
«Светлячок» г.Аргун
Хаджимуратова Б.С _____

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата : _____2026

Возрастная категория: 3-7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя День 1							
Завтрак	Каша кукурузная вязкая	180	4	7,6	12,2	133,9	**№189**
	Бутерброд с маслом	35/5	1,8	14,7	12	187,4	**№1**
	Чай с сахаром	185/15			9,7	38,7	**№430**
II Завтрак	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,4	**№6**
	Сок	100	0,5	0,1	10,1	43	**№442**
Итого за завтрак			**7,8**	**22,4**	**58,7**	**486,4**	
Обед	Щи со сметаной на к/б	180	1,7	7,7	6,2	101,3	**№83**
	Плов с курицей	150	8,3	9,7	33,5	254,7	**№304**
	Хлеб	45	3,4	0,3	22,6		**№35**
	Кисель	180			26,4	67	**№411**
	Салат из свеклы с чесноком	50	0,7	4,8	4	61,8	**№33**
Итого за обед			**14,1**	**22,5**	**92,7**	**630,1**	
Уплотнен Полдник	Сырники из творога со сметаной	60,/5	13,1	16,4	5,8	226,8	**№231**
	Суп молочный с вермишелью	250	5,6	20,9	16,6	278,5	**№112**
	Чай с лимоном	185/15/7	0,1		14,7	59,8	**№393**
	Хлеб	50	3,8	0,3	25,1	118,4	**№3**
Итого за уполт.полдника			**22,6**	**37,6**	**62,2**	**683,5**	
Итого за день			**44,5**	**84,5**	**213,6**	**1800**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5
«Светлячок» г.Аргун
Хаджимуратова Б.С

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата :_____2026

Возрастная категория: 3-7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя День 2							
Завтрак	Каша Дружба	180	4,3	7,3	16,7	150,5	**№190**
	Бутерброд с джемом	35/5	1,1	5,2	17,7	120,5	**№2**
	Какао с молоком	180	3,6	3,7	10	89	**№397**
II-Завтрак	Вафли	20	0,6	0,7	5,5	70,8	**№5**
	Чай с сахаром	100/10			4,8	19,2	**№430**
Итого за завтрак			**9,6**	**16,9**	**64,7**	**450**	
Обед	Суп картофельный на м/б	180	1,8	2,1	13,9	81,8	**№77**
	Рыба тушеная	70	6,2	8		96,4	**№242**
	Макар.изд.отварные	130	5,9	6,3	37,8	231,8	**№317**
	Хлеб	45	3,1	0,3	20,3	95,9	**№3**
	Салат морковный с зел.горохом	50	0,7	6,4	3,4	74,2	**№41**
	Компот	180			12,5	49,9	**№376**
Итого за обед			**17,7**	**23,1**	**87,9**	**630**	
Уплотнен Полдник	Йогурт	250	8,5	25,6	25,9	364,1	**№7**
	Суп молочный гречневый	200	10	6,4	17	174	**№94**
	Чай с сахаром	185/15			15,9	63,5	**№430**
	Хлеб	50	3,8	0,3	25,1	118,4	**№8**
Итого за уплот. полдник			**22,3**	**32,3**	**83,9**	**720**	
Итого за день			**49,6**	**72,3**	**236,5**	**1800**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5
«Светлячок» г.Аргун
Хаджимуратова Б.С_____

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата :_____2026

Возрастная категория: 3-7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя День 3							
Завтрак	Каша пшенная вязкая	180	6,1	7,4	27,7	202,3	**№184**
	Бутерброд с маслом	35/5	2,1	7.4	13,9	130,6	**№1**
	Чай с сахаром	185/15			6,8	27,1	**№430**
II завтрак	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,4	**№6**
	Сок	100	0,5	0,1	10,1	43	**№442**
Итого за завтрак			**10,2**	**16,9**	**73,2**	**486,4**	
Обед	Борщ со сметаной на к/б	180	1,7	6,9	7,9	101,2	**№57**
	Куриное мясо с подливой	70	5,7	9,9	4,4	129,4	**№302**
	Пюре картофельное	130	2,7	5,8	18,5	137,9	**№321**
	Хлеб	40	3,1	0,3	20,1	94,7	**№3**
	Салат из свежих овощей	50	0,5	6,2	1,8	65,3	**№10**
	Кисель	180			25,4	101,5	**№411**
Итого за обед			**13,7**	**29,1**	**78,1**	**630**	
Уплотнительный полдник	Булочка домашняя	60	4,8	9,5	38,9	260,3	**№469**
	Суп молочный рисовый	250	6,2	17,6	21,2	269,6	**№90**
	Компот	200			15,5	61,9	**№376**
	Хлеб	45	3	0,4	19,1	91,8	**№8**
Итого за уплотненный полдник			**14**	**27,5**	**94,7**	**683,6**	
Итого за день			**37,9**	**73,5**	**246**	**1800**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5
«Светлячок» г.Аргун
Хаджимуратова Б.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата:_____2026

Возрастная категория: 3-7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя День 4							
Завтрак	Каша манная	180	4,6	4,9	26,1	165,8	**№416**
	Бутерброд с сыром	35,/5	2,9	6,4	10,3	111	**№1**
	Какао с молоком	180	3,3	3,4	9,6	83,2	**№397**
II-Завтрак	Вафли	20	0,6	0,7	15,5	70,8	**№5**
	Чай с сахаром	100,/10			4,8	19,2	**№430**
Итого за завтрак			**11,4**	**15,4**	**66,3**	**450**	
Обед	Суп из красной фасоли на м/б	180	7,5	3,6	19,2	141,7	**№104**
	Плов с мясом	150	13	12,9	25,4	270	**№265**
	Салат из свежих овощей	60	0,9	5,9	2,6	67,5	**№11**
	Хлеб	40	3,1	0,3	20,1	94,7	**№3**
	Компот	180			14	56,1	**№376**
Итого за обед			**24,5**	**22,7**	**81,3**	**630**	
Уплот. полдник	Банан	200	2,1	0,7	29,4	134,4	**№12**
	Вареники ленивые с творогом	200/30	22,6	28,4	17,2	418,7	**№13**
	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	0,1		18,9	76,9	**№393**
Итого за уплот. полдника			**24,8**	**29,1**	**65,5**	**630**	
Итого за день			**60,7**	**67,2**	**213,1**	**1710**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5
«Светлячок» г.Аргун
Хаджимуратова Б.С

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата:_____2026

Возрастная категория: 1-3 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя День 5							
Завтрак	Каша пшеничная жидкая	180	6,2	6,2	25,2	182	**№489**
	Бутерброд с маслом	35/5	1,9	9	12,9	140,3	**№1**
	Чай с сахаром	185/15			9,5	37,9	**№430**
II-Завтрак	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,4	**№6**
	Сок	100	0,5	0,1	9,9	43	**№442**
Итого за завтрак			**10,1**	**17,3**	**72,6**	**486,4**	
Обед	Рассольник	180	1,6	4	12	90,5	**№73**
	Куриное филе с подливой	60	5	7,1	3,3	96,9	**№308**
	Гречка рассыпчатая	130	7,4	4,7	33,3	204,7	**№181**
	Хлеб	45	3,4	0,3	22,6	106,6	**№3**
	Салат из свежих овощей	50	0,5	2,2	1,8	29,6	**№10**
	Кисель	180	0,1	0,1	25,1	101,7	**№411**
Итого за обед			**18**	**18,4**	**98,1**	**630**	
Уплотненн полдник	Оладьи со сметаной	60	3,3	13,5	23,1	227,1	**№449**
	Суп молочный с вермишелью	200	5,4	12,2	18,5	206,9	**№112**
	Компот	200	0,6	0,1	31,7	131	**№402**
	Хлеб	50	3,8	0,3	25,1	118,4	**№8**
Итого за уплотненн полдника			**13,1**	**26,1**	**98,4**	**683,4**	
Итого за день			**41,2**	**61,8**	**268,9**	**1800**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №5
«Светлячок» г.Аргун
Хаджимуратова Б.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата :_____2026

Возрастная категория: 1-3 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя День 6							
Завтрак	Каша Дружба	180	4,1	6,4	16,2	139	**№190**
	Бутерброд с джемом	35,5	1,7	4,8	18,9	124,3	**№2**
	Какао с молоком	180	3,6	3,7	12	96,7	**№397**
	Вафли	20	0,6	0,7	15,4	70,6	**№5**
	Чай с сахаром	100/10			4,8	19,4	**№430**
Итого за завтрак			**10,2**	**15,6**	**67,3**	**450**	
Обед	Щи со сметаной на м/б	180	1,6	3,3	6,8	64,5	**№67**
	Котлеты мясные	70	10,7	9,7	11,6	176,1	**№305**
	Макароныые изделия	130	4,7	4,6	30,1	180,5	**№317**
	Хлеб	45	3,4	0,3	22,6	106,6	**№3**
	Салат из свеклы	50	0,6	3,5	3,2	46,9	**№33**
	Компот	180			13,8	55,4	**№376**
Итого за обед			**21**	**21,4**	**88,1**	**630**	
Уплотненн полдник	Пирожки печеные	60	9,6	14,5	58,8	403,2	**№454**
	Суп молоч.гречневый	200	5,3	8,5	13,4	152,8	**№94**
	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	**№431**
	Хлеб	50	3,3	0,4	21,2	102	**№8**
Итого за уплотненн полдник			**18,5**	**23,5**	**108,6**	**720**	
Итого за день			**49,5**	**60,5**	**264**	**1800**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00DD5AE388A26AA6A4085A62798DC843F5
Владелец: Хаджимуратова Банати Саламовна
Действителен: с 16.06.2026 до 09.09.2027